

## Технологическая карта урока физической культуры в 4 классе

Ф.И.О. учителя : Ахмадшин Вагиз Нургаенович

Класс: 4

Место проведения: спортивный зал.

Продолжительность занятия: 20 мин.

**Пояснительная записка:** данный урок соответствует требованиям ФГОС, применены новые образовательные технологии (активные методы обучения) АМО и технологии интерактивного обучения (это обучение, погруженное в общение).

<b>Тема</b>	Развитие выносливости
<b>Цели деятельности учителя</b>	Формировать представления о физических качествах человека; познакомить со способами развития выносливости
<b>Тип урока</b>	Решение частных задач
<b>Планируемые образовательные результаты</b>	<p><b>Предметные:</b> <i>научатся:</i> характеризовать физическую нагрузку и регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств; <i>получат возможность научиться:</i> оказывать посильную помощь и поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий; соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений, способствующих развитию выносливости.</p> <p><b>Метапредметные :</b> <i>познавательные</i> – используют различные способы сбора, обработки и анализа информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами учебного предмета; овладеют способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления; осваивают способы решения проблем творческого и поискового характера; <i>коммуникативные</i> – выражают готовность слушать собеседника и вести диалог; признают возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; умеют излагать своё мнение, аргументировать свою точку зрения и давать оценку событиям; <i>регулятивные</i> – получают возможность осуществлять пошаговый контроль своих действий; овладевать способностью понимать учебную задачу урока и стремиться ее выполнять.</p> <p><b>Личностные:</b> развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; овладение начальными навыками адаптации</p>

<b>Методы и формы обучения</b>	Объяснительно-иллюстративный; индивидуальная, фронтальная, работа в парах
--------------------------------	---

### ОРГАНИЗАЦИОННАЯ СТРУКТУРА УРОКА

Содержание учебного материала	Доз-ка	ОМУ для мед. групп	Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД	Планируемые результаты
<b>1. Вводно-подготовительная часть (5 мин)</b>						
<b>1.Организационный момент.</b> Эмоциональная, психологическая и мотивационная подготовка учащихся к усвоению изучаемого материала	1 2	В зависимости от установленной нагрузки, группы здоровья, рекомендации врача.	Проводит построение. Проверяет готовность обучающихся к уроку, озвучивает тему и цель урока; создает эмоциональный настрой на изучение нового предмета	Выполняют построение в шеренгу. Слушают и обсуждают тему урока	<b>Личностные:</b> понимают значение знаний для человека и принимают его; имеют желание учиться; положительно отзываются о школе; стремятся хорошо учиться и сориентированы на участие в делах школы; правильно идентифицируют себя с позицией школьника	<b>Предметные:</b> получают возможность подготовиться к уроку, учитывая поставленную цель.
1. Актуализация знаний  <i>Упражнения для отработки ориентировки в пространстве.</i> И.п стоя пр. боком к скамейке 1 – шаг пр. ногой на скамейку, р. (руки) на пояс: 2 – шаг лев. ногой на скамейку, р. на пояс: 3 – шаг пр. ногой со скамейки, р. в стороны:	1 2 2 2 3 2	30сек 30сек 30сек 1мин 2мин	Проводит упражнения на гимнастической скамейке с объяснением и показом. Контролирует выполнение движений. Проводит упражнения на восстановление дыхания: вдох – руки вверх,	Выполняют упражнения 3–4 раза – в зависимости от правильности выполнения. Выполняют упражнения на восстановление дыхания	<b>Личностные:</b> активно включаются в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимопомощи и сопереживания; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. <b>Регулятивные:</b> умеют оценивать правильность выполнения действия на	<b>Предметные:</b> получают возможность освоить повороты налево, направо, продолжают осваивать технику бега.

<p>4 – шаг лев. ногой со скамейки, р. в стороны.  5-8 – тоже в др. сторону (Повторить 4 р.)  И. п. – стоя пр. боком к скамейке  1 – шаг пр. ногой на скамейку, р. на пояс;  2 – шаг лев. ногой на скамейку, р. на пояс;  3 – шаг пр. ногой со скамейки справа, р. вверх;  4 - шаг лев. ногой со скамейки слева, р. вверх (скамейка между ног). (Повторить 3 р.)  И.п. – стоя под углом 45<sup>0</sup> справа от скамейки, лев. нога на скамейке, пр. на полу, р. на поясе.  1 – опора лев. ногой на скамейку, отталкиваясь пр. согнуть ее вперед;  2 – вернуться в и.п. (Повторить 3 раза)  На четвертом повторе  7 – поставить пр. ногу на скамейку, р. на пояс;  8 - сойти лев. ногой со скамейки слева, пр. нога остается на скамейке.  И.п. – стоя лицом к скамейке справа на пр. ноге, лев. нога согнута на скамейке, р. на пояс;</p>			<p>подняться на носки; выдох – полунаклон вперед, расслабленные руки вниз.  (Проводит 3–4 раза)</p>		<p>уровне адекватной ретроспективной оценки; вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок</p>	
--	--	--	---	--	--	--

Прыжки с чередованием пр. и лев. ноги на скамейке 1 – 2 – прыжок с лев. н. на правую; 3 – 4 – прыжок с пр. н. на левую; 5 – 8 – тоже; Повторить четыре восьмерки, на последнем повторе на счет 7 – 8 – встать в стойку, ноги врозь, скамейка между ног, р. на пояс. Упражнения по восстановлению дыхания						
2. Основная часть (10 мин)						
<b>2. Изучение нового материала</b>  Беседа на тему «Физические качества человека. Что такое выносливость?» (презентация) Выполнение упражнений, способствующих развитию выносливости : 1.ст.- отжимание 2.ст. – скакалка 3.ст.- пресс 4.ст. - стенка 5.ст. - приседание	3 1 1 1 1	Обучающиеся, отнесенные к СМГ и подготовительной группе, упражнение связанные с максимальной нагрузкой не выполняют или по силе своих возможностей (по показаниям врача). 30сек 30сек 30сек 30сек 30сек	Проводит беседу и наводящими вопросами даёт понять учащимся, что выносливость можно развивать не только бегом, но и прыжками, плаванием, лыжной подготовкой, подвижными и спортивными играми. Развитие выносливости посредством круговой тренировки	Слушают учителя, отвечают на вопросы. Выполняют упражнения	<b>Познавательные:</b> общеучебные – осознанно строят речевое высказывание в устной форме о физических качествах человека и способах их развития; логические – осуществляют поиск необходимой информации. <b>Коммуникативные:</b> обмениваются мнениями, слушают друг друга, строят понятные речевые высказывания. <b>Регулятивные:</b> осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь	

			На каждую станцию отводится 30 секунд по 2 подхода		на показ движений учителем; адекватно воспринимают оценку учителя	
1			3	4	5	6
<b>3. Первичное осмысление и закрепление</b>  Повторение прыжков в длину с места. Отработка техники прыжка.	1 1	2мин	Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, контролирует выполнение.	Выполняют прыжки в длину (5–6 попыток).	<b>Регулятивные:</b> действуют с учетом выделенных учителем ориентиров; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности;	<b>Предметные:</b> освоение способов двигательной деятельности. Выполнение комплексов упражнений, подвижной игры
3. Заключительная часть (5 мин)						
<b>4. Итоги урока.</b> Рефлексия  Обобщить полученные на уроке сведения	5	5мин	Проводит беседу по вопросам: – Что нового узнали на уроке? – Какие понятия называются физическими качествами человека? – Как правильно развивать такое качество, как выносливость?	Отвечают на вопросы. Определяют свое	<b>Личностные:</b> понимают значение знаний для человека и принимают его. <b>Регулятивные:</b> прогнозируют результаты уровня усвоения изучаемого материала. <b>Коммуникативные:</b> обмениваются мнениями, слушают друг друга, строят понятные речевые высказывания	<b>Предметные:</b> получают возможность оценить собственные достижения, полученные навыки.